

Bildung im dritten und vierten Lebensalter

Prof. Dr. Sabina Misoch
Leiterin Interdisziplinäres
Kompetenzzentrum Alter (IKOA)
FHS St.Gallen

Inhalt

- Demographischer Wandel
- Drittes und viertes Lebensalter
- Babyboomer
- Bildung und Lernen im dritten Lebensalter
- Best Practice Beispiele
- Resümee

Demografischer Wandel



Demografischer Wandel

Dieser ist das Ergebnis zweier unterschiedlicher Trends:

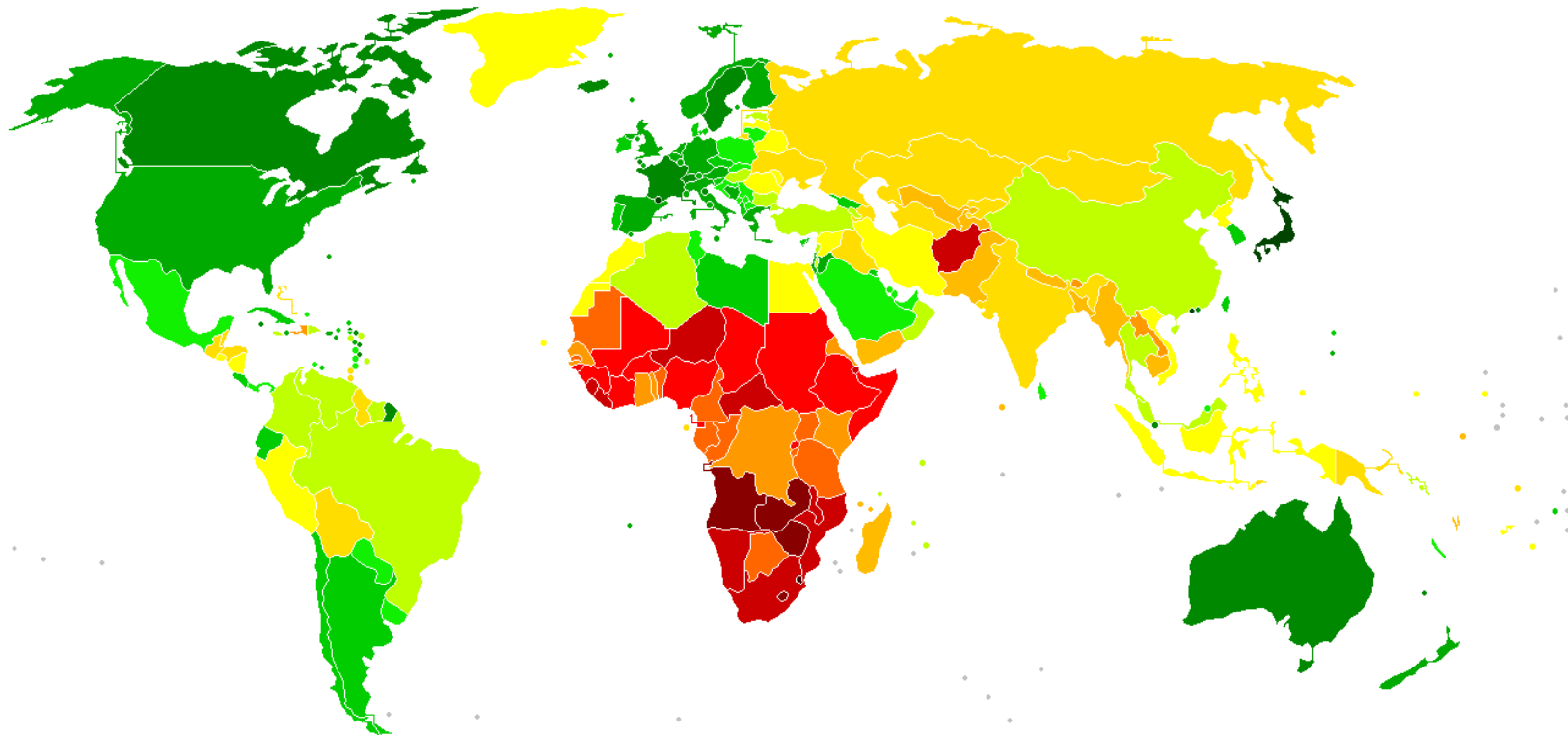
1. Erhöhung der Lebenserwartung:

- Lebenserwartung ab Geburt hat sich seit 1890 mehr als verdoppelt von 40 auf über 80 Jahre (Kohli & Künemund, 2013)

2. Rückgängige Geburtenrate:

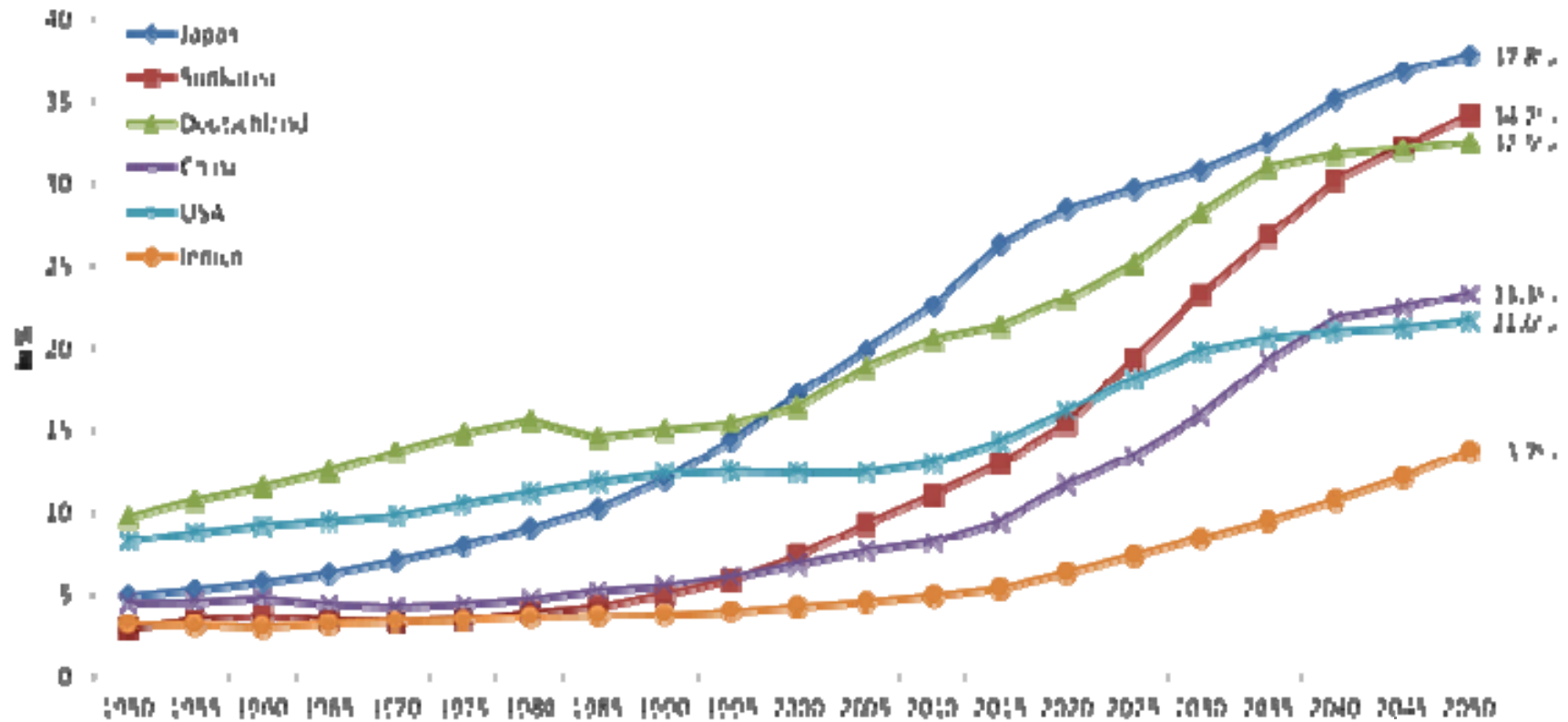
- auch dadurch Zunahme der älteren Bevölkerungsanteile gegenüber den jüngeren
- Lebenserwartung wird sich in 2050 auf ca. 88 bzw. 84 Jahre erhöhen
- bedeutet, dass in wenigen Jahren (in 2050) ca. 30% der Bevölkerung in den meisten europäischen Ländern 65 Jahre und älter sein werden
- 30% der Bevölkerung sind damit im dritten und vierten Lebensalter

Demografischer Wandel: global

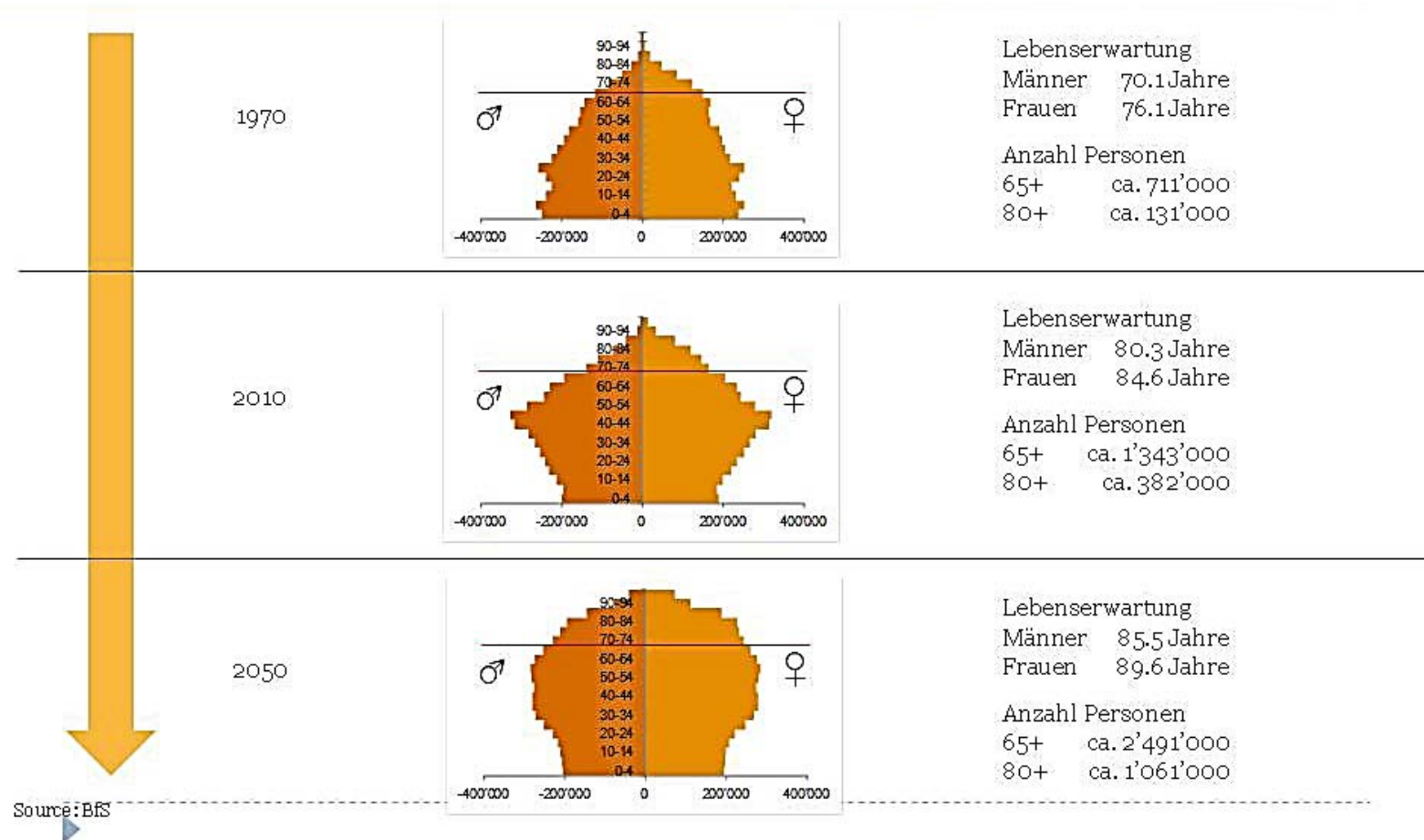


Legende: Je dunkler das **Grün**, desto höher der Anteil älterer Menschen in der Gesellschaft; je dunkler das **Rot**, desto jünger der Bevölkerungsdurchschnitt

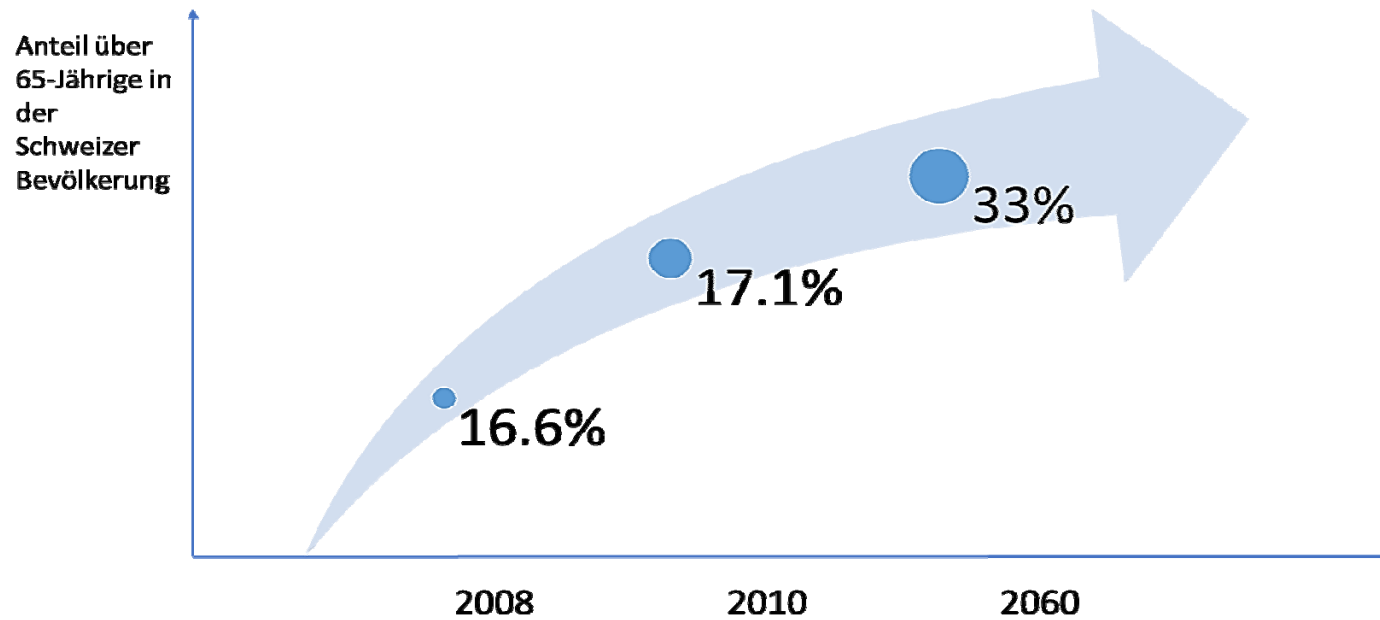
Demografischer Wandel: global



Demografischer Wandel: Schweiz



Bevölkerungsentwicklung in der Schweiz



Quelle: BFS (2010, S.26*)

*Szenario «Verstärkte Alterung»

Drittes & viertes Lebensalter

Drittes und viertes Lebensalter

Drittes Lebensalter

- Lebensphase der Nacherwerbstätigkeit (60+)
- Phase der aktiven und selbständigen Lebensführung
- Seniorenalter, gesundes Rentenalter
- Phase neuer sozialer Rollen
- Neue Zeitstrukturen
- Ab 60:
 - Informationsverarbeitung verlangsamt sich, Gedächtnisleistung beim Neuerlernen nimmt ab
 - multitasking wird schwieriger
 - Aber: sehr grosse individuelle Unterschiede!

Viertes Lebensalter

- Phase der Fragilität (ca. 80/85+)
- Abnehmende physische und evtl. psychische Ressourcen
- Abnehmende Mobilität und Beweglichkeit
- evtl. Multimorbidität
- Reserven nehmen ab (physische, psychische, kognitive und ggf. auch soziale)
- Vorbereitung auf viertes Lebensalter schwierig, da hier plötzliche Vorkommnisse (z.B. Oberschenkelhalsbruch) schnell dramatische Veränderungen herbeiführen
- Nahendes Lebensende

Drittes und viertes Lebensalter

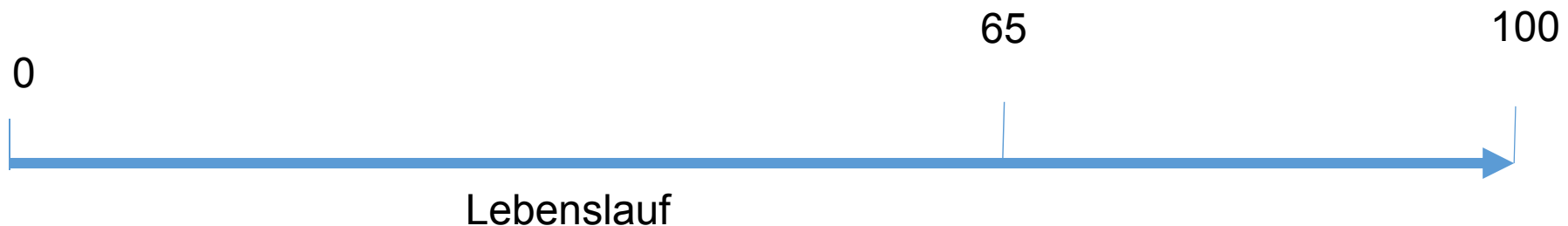
Drittes Lebensalter	Viertes Lebensalter
«junge» Alte	«alte» Alte (Kohli, 2013)
Fit, entwickeln neue Ziele, selbständige Lebensführung	Zunehmende Fragilität und Unterstützungsbedürfti- gkeit

Drittes Lebensalter

- Gesellschaft hat noch wenig Visionen für die Lebensphase Alter
- Jugend & Erwerbsleben: klare Rollen, klare Ziele → hier hat die Gesellschaft klare Vorstellungen
- Ist die Rolle von älteren Menschen, keine gesellschaftliche Rolle mehr zu haben?
- Nach Pensionierung muss der Mensch seine Identität neu definieren, seine Bedeutung selbst finden und definieren
 - neue soziale Rollen
 - neue Ziele setzen
 - Leben (neu) mit Sinn erfüllen

Lebensspannenperspektive

- Entwicklung ist ein lebenslanger Prozess (auch im Alter finden Veränderungen statt (keine Zeit der absoluten «Stabilität»))
- Entwicklung ist mehrdimensional und geht in verschiedene Richtungen
- Entwicklung ist äusserst plastisch (d.h. die individuellen Veränderungsmöglichkeiten sind enorm)



Entwicklungsaufgaben (Havighurst)

1. Zurechtfinden mit abnehmender physischer Kraft und Gesundheit
2. Anpassung an Pensionierung und vermindertes Einkommen
3. Anpassung sozialer Rollen und ggf. Übernahme neuer Rollen
4. Zurechtkommen mit Tod des Partners
5. Angliederung an die eigene Altersgruppe
6. Aufbau von altersgerechtem Wohnen



Die Babyboom-Generation



Babyboomer

Babyboomer:

- Es gibt hier verschiedene Definitionen und zeitliche Abgrenzungen sind uneinheitlich
- Zeit stark angestiegener Geburtenraten
- Generation, die nach dem 2. Weltkrieg geboren wurde also von ca. 1945 – 1964 oder 1966
- Endet mit dem sog. «Pillenknick»

Binnendifferenzierung der Generation der Babyboomer

- 1. Phase der Babyboomer:
 - Kriegs- und Nachkriegsboomer, geboren zwischen ca. 1945 – 1953
- 2. Phase der Babyboomer:
 - Wohlstandsboomer, geboren zwischen ca. 1954 - 1966

Erfahrungsdimensionen

- Sind im Wirtschaftswunder aufgewachsen
- Kulturkonsum (Musik usw.)
- Alternative Lebensformen
- Neue Rollenbilder (weiblich/männlich)
- Enttabuisierung der Sexualität
- Hippiebewegung; Friedensbewegung
- Emanzipation der Frau
- Rasche Expansion des Bildungswesens
- 68er-Revolution
- Rockmusik; Rock n'Roll



Babyboomer

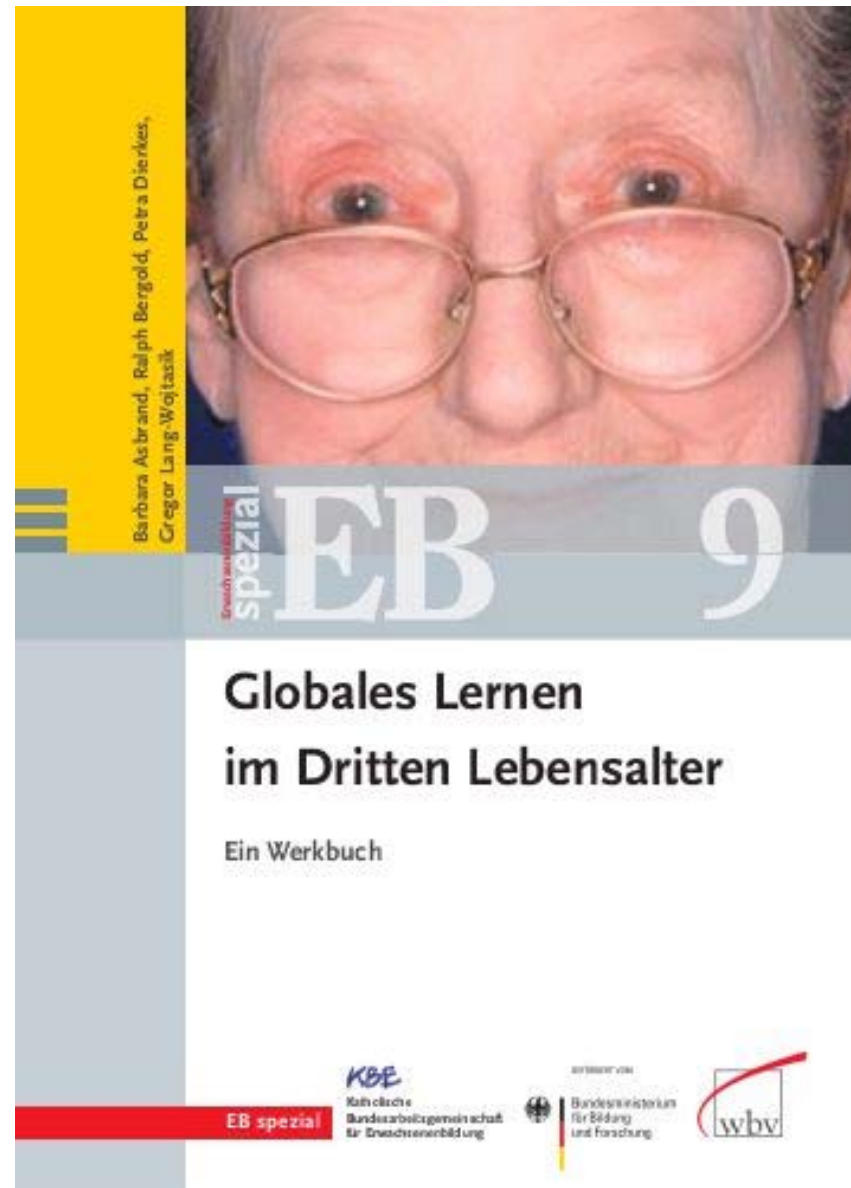
Folgen:

- Gestalten das Leben aktiv
- Zunehmend körperlich fit
- Selbstbewusst, autonom (auch im Denken)
- Leben auch alternative Lebensmodelle
- Dynamisches Leben
- Höhere Scheidungsrate
- Höhere Berufswechselrate
- Verstärkte räumliche Mobilität
- Individualisierung
- Subjektives und objektives Alter fallen auseinander
- Sind offen für Neues



→ Altern ist für sie nicht passiv zu erleiden, sondern aktiv zu gestalten

Bildung und Lernen im Dritten Lebensalter

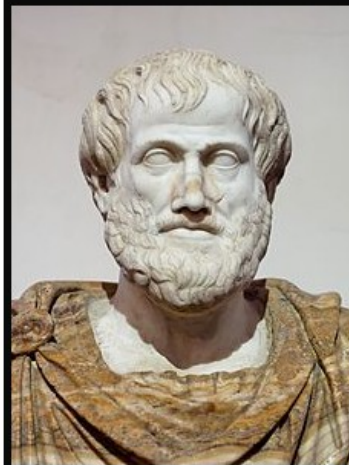


Lernen und Bildung im Alter

Wird verstärkt nachgefragt:

- 87% der 60+ Bevölkerung haben Interesse an Weiterbildungsangeboten (2014)
- In 2010 waren das lediglich ca. 45%

→ Bildung in jedem Alter wichtig!



(Aus)Bildung ist der beste Reiseproviant für die Reise zum hohen Alter.

(Aristoteles)

Altern: Intelligenz

Intelligenztheorie differenziert zwischen zwei Formen der Intelligenz:

- **fluide Intelligenz** = angeboren bzw. vererbt, kann nicht durch die Umwelt beeinflusst werden (geistige Kapazität, Auffassungsgabe usw.)
- **kristalline Intelligenz** = alle Fähigkeiten, die im Laufe des Lebens erlernt bzw. durch die Umwelt bestimmt werden

Im dritten Lebensalter:

Fluide Intelligenz nimmt ab:

- Flüssig, schnelles Aufnehmen neuer Informationen und das Erlernen neuer Kompetenzen, Problemlösen durch neue Denkstrukturen.

Kristalline Intelligenz nimmt zu:

- Sogenanntes «Weisheitswissen» durch Erfahrungswissen und Wissensansammlung, angesammelte Expertise, Problemlösen durch Erfahrung

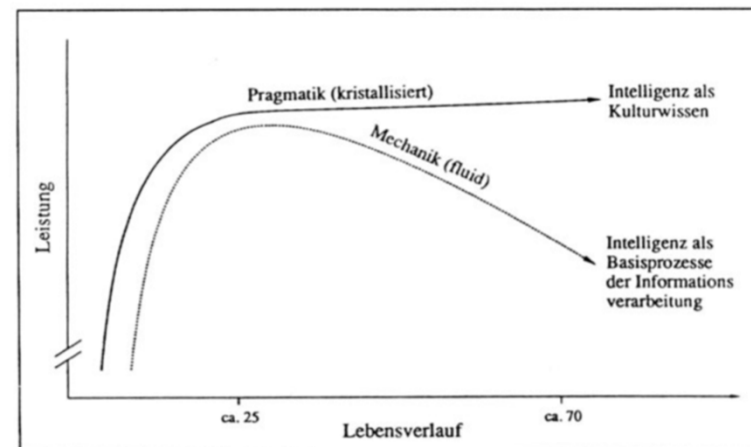
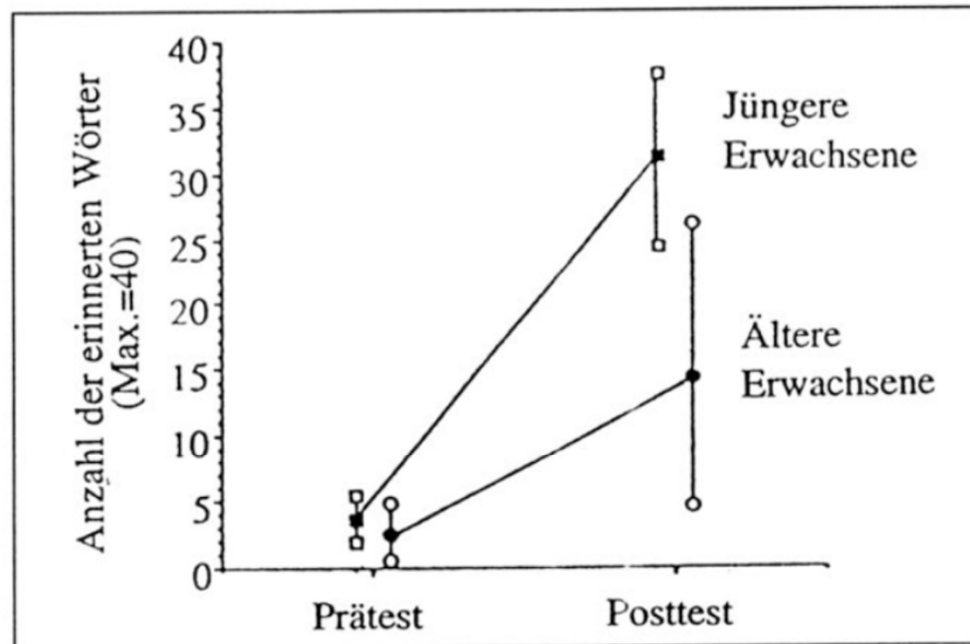


Abb. 1.4: Idealisierte Lebensverlaufskurven verschiedener Formen der Intelligenz (nach Baltes, 1990)

Altern: Abnehmende Lernleistungen beim Erlernen von Neuem



Jüngere
Erwachsene =
19 – 29 Jahre
Ältere
Erwachsene =
65 – 83 Jahre

Abb. 1.5: Ergebnisse aus Trainingsstudien zur Gedächtnisleistung: Junge und ältere Erwachsene profitieren vom Training, doch bei Wortlisten, die im 1-sec- bzw. 4-sec-Takt präsentiert werden, erreicht die Gedächtnisleistung der älteren Gruppen nicht das Niveau der jungen Trainingsteilnehmer (nach Kliegl, Smith & Baltes, 1989).

Geragogik

«Pädagogik des alternden und alten Menschen» (Mieskes, 1971).
= Wissenschaft von der Bildung im Alter sowie der Weiterbildung älterer Menschen

Intention:

- Bildungskonzepte für die Herausforderungen der jeweils höchst unterschiedlichen individuellen Lebenssituationen im Prozess des Älterwerdens (drittes und viertes Lebensalter) zu entwickeln
- durch Lernprozesse in allen Lebensaltern den demographischen Wandel konstruktiv mitzugestalten (Bubolz-Lutz et al., 2010)

Die Geragogik hat sich in den letzten 40 Jahren sowohl als wissenschaftliche Disziplin als auch als Praxis der Altersbildung zunehmend etabliert.

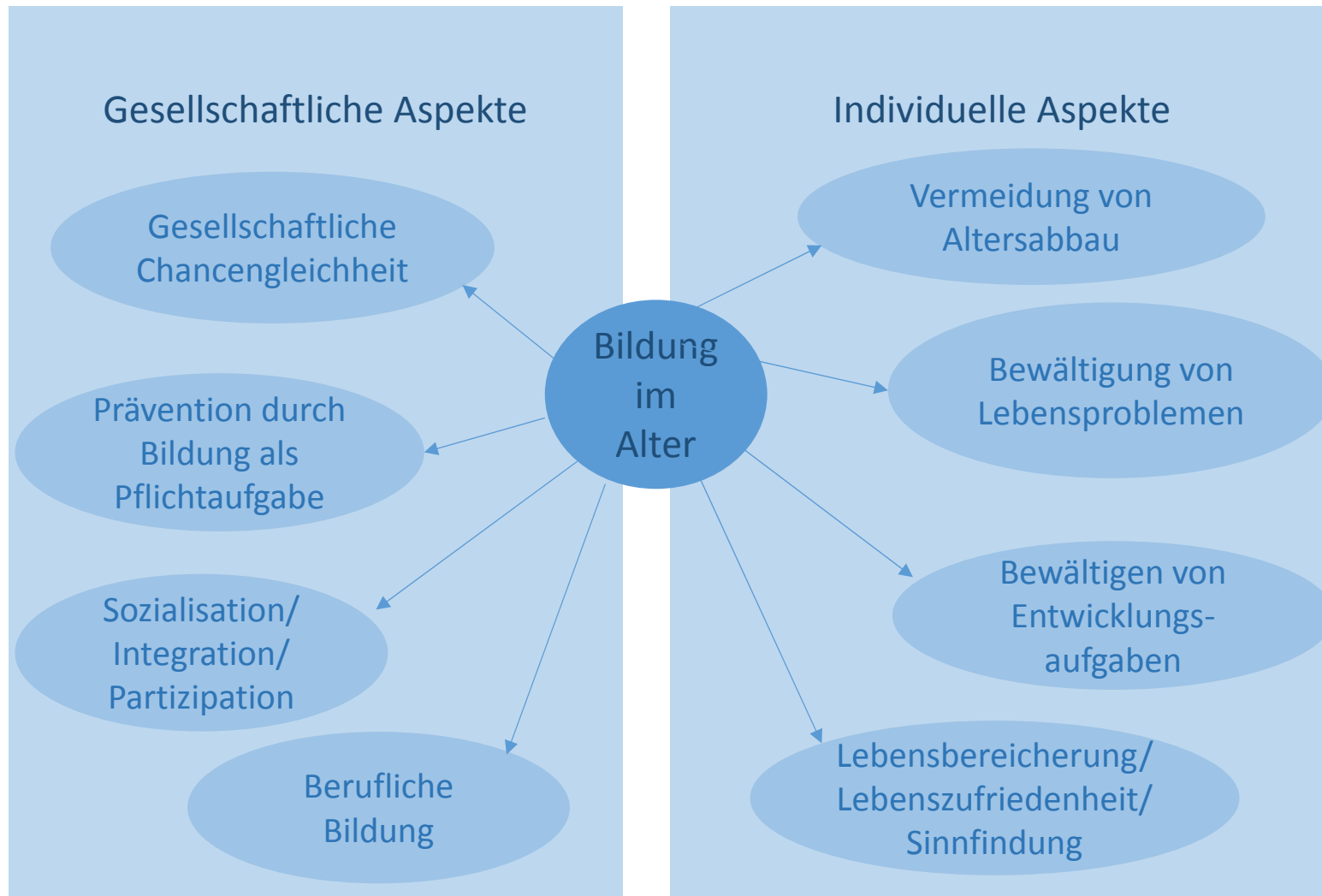
Geragogik

Lernen im Alter

Faktoren, die wichtig sind:

- Alter der Lernenden
- Einkommenshöhe oftmals Indikator für Bildungsinteresse
- Gebildete haben mehr «Bildungshunger» in Alter
- Lernen in altershomogenen Gruppen kann Ängste abbauen
- Ältere brauchen mehr Zeit, um sich neues Wissen anzueignen
- Neuerlernen schwieriger als Aktivieren von bereits vorhandenem Wissen
- Vorsicht: Entwertung von Wissen (weil dieses nicht mehr aktuell ist) → Verletzlichkeit der älteren Akteure

Aspekte von Bildung im Alter



Geragogik

Lernen:

- Ist ein kommunikativer Prozess
 - Kann zu Integration führen
 - Lernerfolg kann mit zunehmendem Alter an Bedeutung gewinnen (Selbstwirksamkeit)
 - Lernen hat wichtige soziale Komponente
 - Lernen kann soziale Anerkennung mit sich bringen
- kann helfen, um kognitives und soziales Altern aufzuhalten**

Lernen im Alter

1. Biographie und Identität
2. Sinn und Spiritualität
3. Kreative Lebensgestaltung
4. Gesundheit, Krankheit, Behinderung
5. Generationendialog
6. Medien und neue Kommunikationstechnologien im Alltag
7. Freiwilliges und Bürgerschaftliches Engagement Älterer

Bildung im Alter kann nicht verglichen werden mit Bildung für Kinder und Jugendliche. Diese lernen als Vorbereitung auf ihr selbständiges Leben, ihre Erwerbstätigkeit.

→ Senioren/innen lernen z.B. um

- um Interessen zu vertiefen oder zu erweitern
- um durch die Kursteilnahme soziale Kontakte zu erhalten und zu pflegen
- um die selbständige Alltagsführung zu erhalten oder auszubauen.

Lernen im Alter

Themeninteressen nach Alter, Geschlecht, Rangfolge (%)

	50–64	65–69	70–75	Gesamt	Engage.	m	w
Kultur	47,0	45,0	36,0	45,0	51,0	43	47
Gesundheit	44,0	43,0	40,0	43,0	45,0	37	48
Sport	41,0	34,0	25,0	37,0	41,0	40	35
Länder/Heimat	39,0	37,0	30,0	38,0	42,0	0	35
Literatur/Theater	37,0	35,0	31,0	36,0	39,0	30	41
Umwelt/Ökologie	37,0	35,0	31,0	31,0	35,0	33	29
Recht/Rente	34,0	27,0	18,0	30,0	33,0	35	28
PC/Technik	30,0	26,0	8,0	24,0	30,0	34	15
Gesell./Politik	28,0	28,0	23,0	27,0	35,0	33	22
Fremdsprachen	23,0	17,0	10,0	22,0	25,0	21	23
Lebensfragen	19,0	18,0	18,0	19,0	21,0	17	20
Religion/Philosophie	15,0	16,0	18,0	16,0	20,0	14	17
Kommunik./Konflikt	22,0	13,0	12,0	19,0	26,0	17	20
Handwerk	20,0	15,0	8,0	17,0	20,0	28	8
Psychologie	16,0	8,0	12,0	14,0	17,0	13	15
Künstl. Gestalten	15,0	12,0	11,0	14,0	15,0	7	20
Fortbildung EA	15,0	9,0	7,0	12,0	19,0	12	13

Lernen im Alter

Themeninteressen nach Alter, Geschlecht, Rangfolge (%)

	50–64	65–69	70–75	Gesamt	Engage.	m	w
Kultur	47,0	45,0	36,0	45,0	51,0	43	47
Gesundheit	44,0	43,0	40,0	43,0	45,0	37	48
Sport	41,0	34,0	25,0	37,0	41,0	40	35
Länder/Heimat	39,0	37,0	30,0	38,0	42,0	0	35
Literatur/Theater	37,0	35,0	31,0	36,0	39,0	30	41
Umwelt/Ökologie	37,0	35,0	31,0	31,0	35,0	33	29
Recht/Rente	34,0	27,0	18,0	30,0	33,0	35	28
PC/Technik	30,0	26,0	8,0	24,0	30,0	34	15
Gesell./Politik	28,0	28,0	23,0	27,0	35,0	33	22
Fremdsprachen	23,0	17,0	10,0	22,0	25,0	21	23
Lebensfragen	19,0	18,0	18,0	19,0	21,0	17	20
Religion/Philosophie	15,0	16,0	18,0	16,0	20,0	14	17
Kommunik./Konflikt	22,0	13,0	12,0	19,0	26,0	17	20
Handwerk	20,0	15,0	8,0	17,0	20,0	28	8
Psychologie	16,0	8,0	12,0	14,0	17,0	13	15
Künstl. Gestalten	15,0	12,0	11,0	14,0	15,0	7	20
Fortbildung EA	15,0	9,0	7,0	12,0	19,0	12	13

Wichtigste Erwartungen an eine Weiterbildungsteilnahme Bei 45- bis 80-Jährigen:

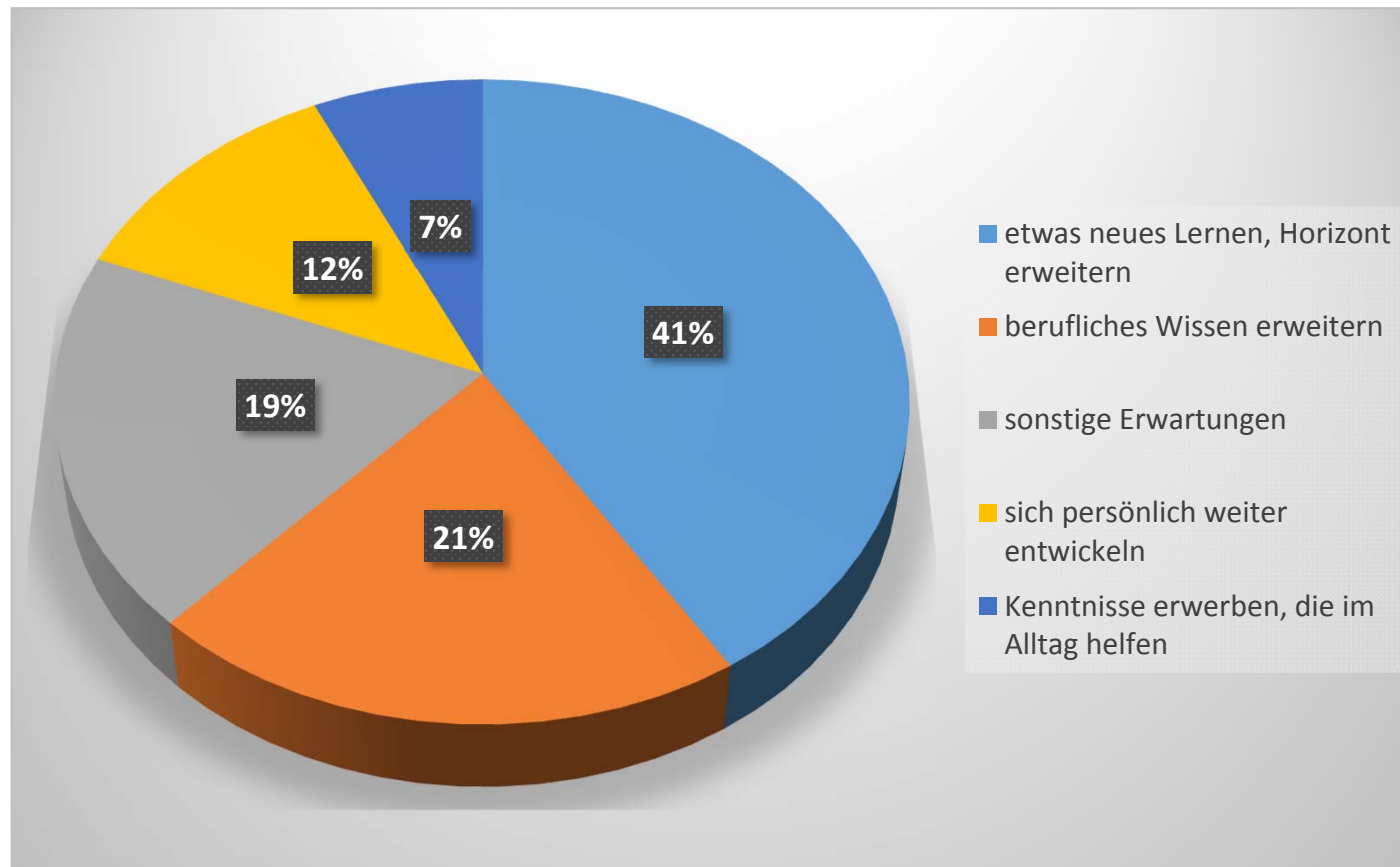
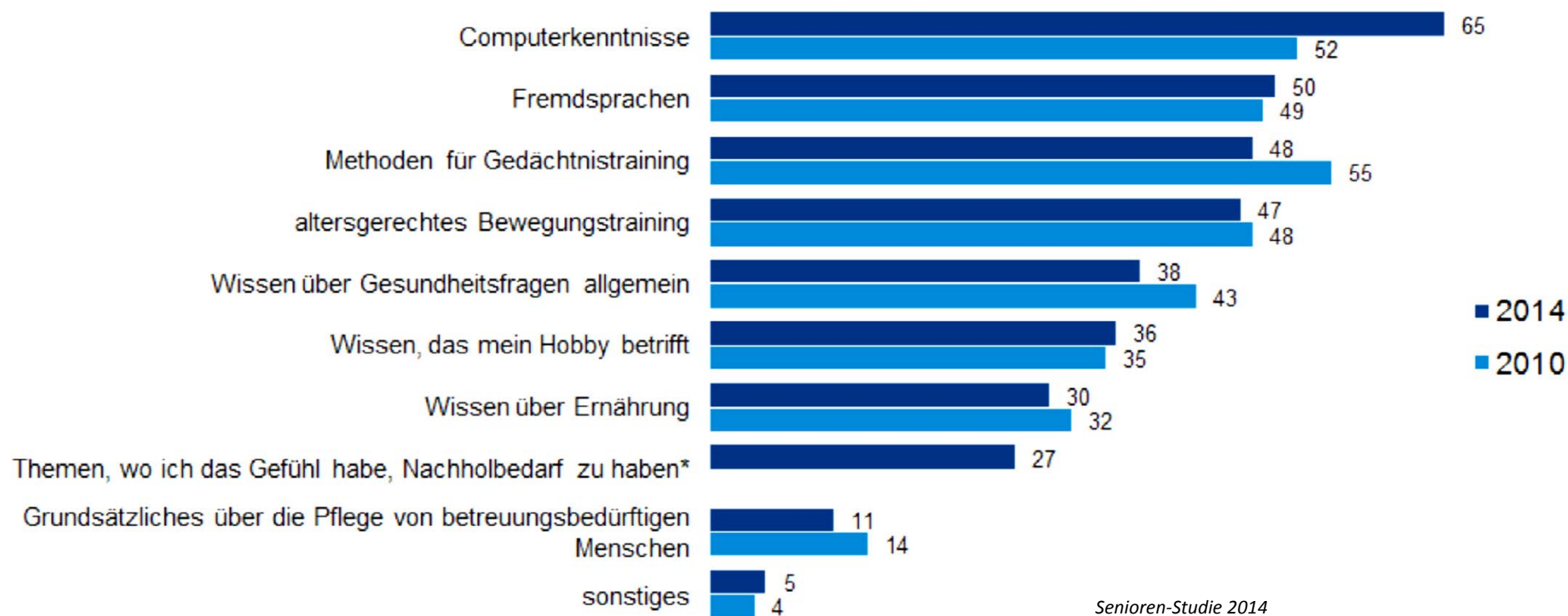


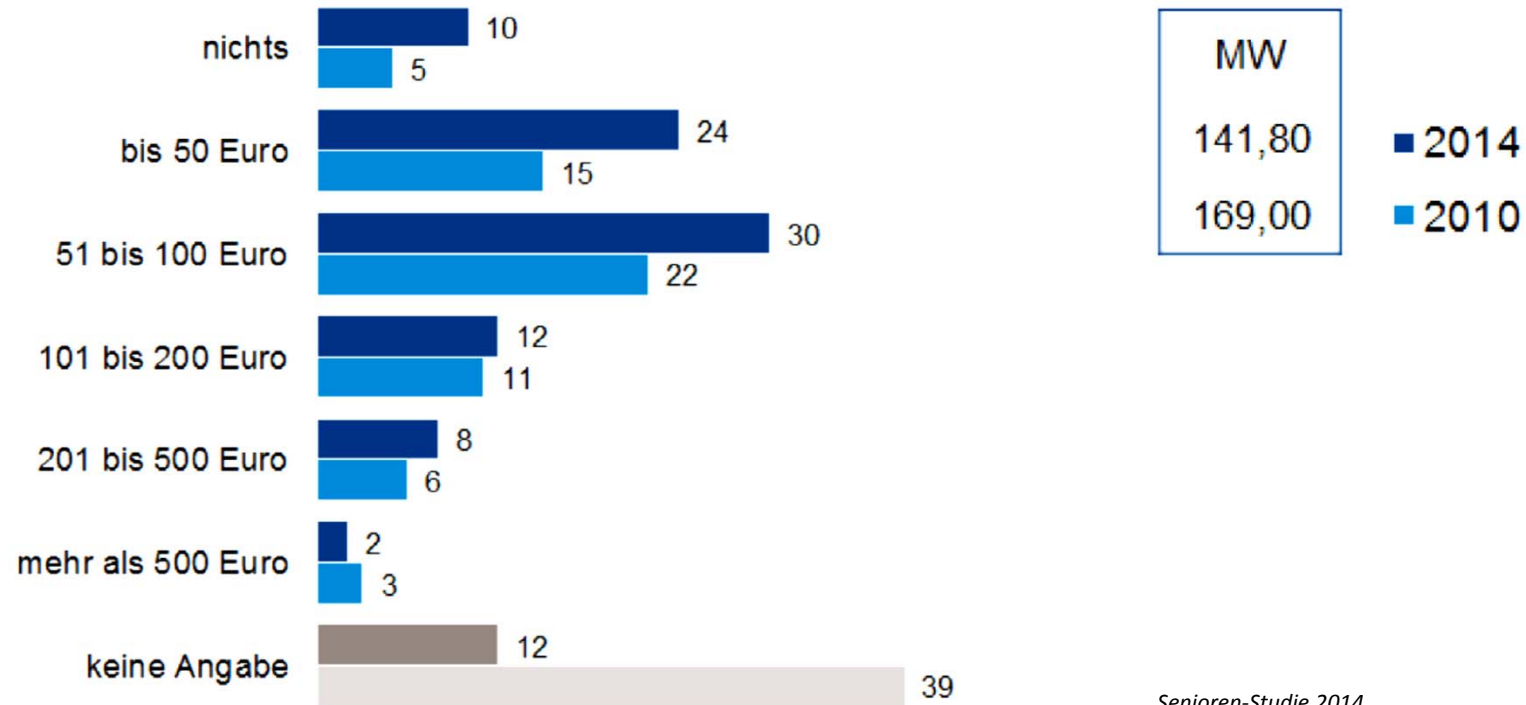
Abb. Wichtigste Erwartungen an eine Weiterbildungsteilnahme. Quelle: EdAge LMU; Basis: 45- bis 80-Jährige, die eine Weiterbildungsteilnahme in den nächsten 12 Monaten planen; n = 895, ungewichtet. Nach Tippelt et al., 2009.

Bildungsinteresse von 60+ in Österreich (Vergleich 2010 und 2014)



Bildung und Kosten

Wie viel wären Sie bereit, bzw. könnten Sie, für eine Weiterbildung aus Ihrer eigenen Tasche bezahlen (Befragte 60+)?



Senioren-Studie 2014

Drei Best Practice Beispiele

U₃As: Universities of the Third Age



THE UNIVERSITY OF THE THIRD AGE



- Gegründet in 1972 in Frankreich an der Universität von Toulouse
- Eine der grössten Bildungsinstitutionen für Senioren/innen
- Soziokulturelle Zentren, in denen ältere Personen neues Wissen erwerben oder bestehendes Wissen erweitern
- Zielgruppe: Personen ab 65 Jahren bzw. im Pensionsalter
- 1980 Gründung der Union French University of the Third Age
- Ziel ist, dass die U₃As hohe akademische Standards durch die direkte Verbindung mit schon etablierten Universitäten einhalten.
- Format war ähnlich wie an der Uni, d.h. Vorlesungen, Debatten usw. und auch Freizeitangebote.

(Formosa, 2014)

Effekte der U₃As

Verschiedene Studien haben mehrere Zusammenhänge mit der Teilnahme an einer Seniorenuni aufgezeigt:

+	Selbstsicherheit Zufriedenheit Selbstwertgefühl psychisches Wohlbefinden soziale Kontakte
-	Depressionssymptome Angstsymptome

«This implies that the engagement at a U3A centre can have therapeutic functions towards the adjustment of older adults with their ageing and retirement transitions.» (Formosa, 2014, S.50)

Beispiele aus der Schweiz

Top60 Thurgau

- Subtitel: Mutige, neue Lösungen für den demographischen Wandel
- Setzen sich mit Themen wie «Pensionierung: Lust oder Last», «Potential älterer Arbeitnehmender» oder «Tod und Sterben» auseinander
- Vorträge, workshops



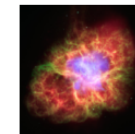
Beispiele aus der Schweiz



Sind Sie offen für Neues?

Unser Herbstprogramm 2016 beweist es wiederum: Die Akademie Berlingen bietet ein qualitativ hochstehendes Angebot. Dafür wollen wir mehr Menschen begeistern.

Beim September-Zyklus [Grenzen des Wissens](#) unter der Leitung von Gerd Ganteför werden spannende naturwissenschaftliche Themen verständlich präsentiert. Um möglichst vielen Interessierten den Besuch zu ermöglichen, finden die Vorträge am frühen Abend und zu reduzierten Eintrittspreisen in [Kreuzlingen](#) statt. Teilnahme für Studierende kostenlos (dank grosszügigem Sponsor).



Akademie Berlingen

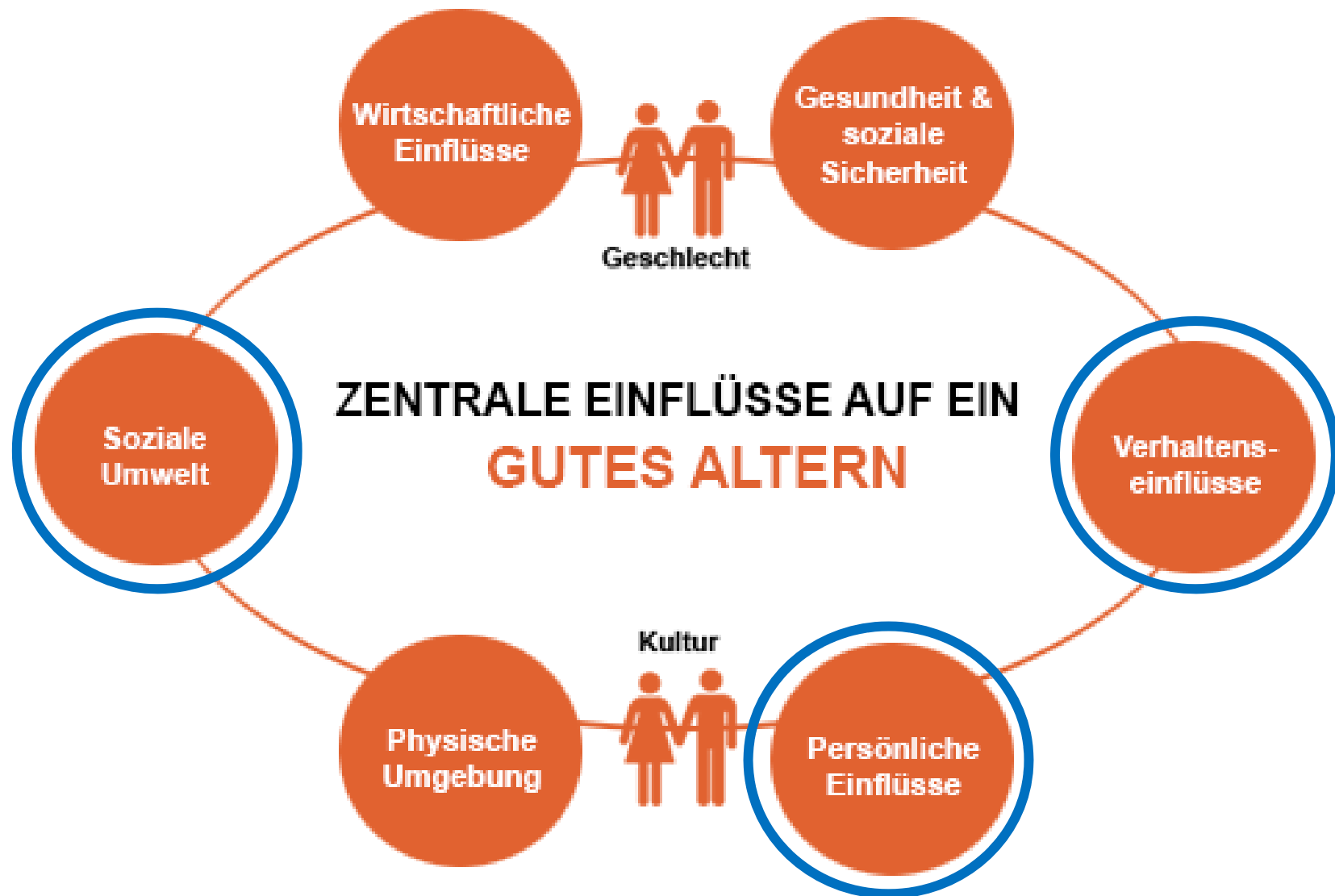
- Subtitel: Offen für Neues
- 1993 wurde die Seniorenakademie Berlingen gegründet und 2014 in Akademie Berlingen umbenannt
- Vorträge bzw. Vortragszyklen zu bestimmten Themen (z.B. Die Grenzen des Wissens; Genetik; Wertewandel)

Alter schützt vor Bildung nicht...

Resümee







Bildung im Alter

- Sich bewusst neue Ziele zu setzen
- Sich im Alter weiterzuentwickeln
- Mit Gleichaltrigen und Gleichgesinnten Kontakt finden
- Seinem Leben Inhalt und Sinn zu geben

→ Die Lebensphase Alter aktiv zu gestalten

→ Aktiv die eigene Zukunft zu gestalten

Alter schützt vor Bildung nicht!
→ in Sinne von: Bildung kennt kein Alter!

Rita Levi Montalcini

Nobelpreisträgerin der Medizin
(1909 – 2012)

Mit 90 Jahren veröffentlichte sie
folgendes Buch:

Die Vorzüge des Alters.
Leistungsfähigkeit und geistige
Aktivität ein Leben lang (1999)



**«Dichtere Verästelungen und alternative Schaltkreise
lassen Optimierungen kreativer Leistungen auch im Alter
noch zu, wenn wir intensiv leben, den Kopf trainieren
und das tun, was uns Spaß macht.»**

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt:
sabina.misoch@fhsg.ch

Literatur

- Bubolz-Lutz, E., Göskens, E., Kricheldorf, C., Schramek, R. (2010). *Geragogik. Bildung und Lernen im Prozess des Alterns. Das Lehrbuch*. Kohlhammer, Stuttgart. Bundesamt für Statistik, BFS. www.bfs.admin.ch
- Coleman, L. J., Hladikova, M., & Saveleva M. 2006. *The babyboomer market*. *Journal of Targeting Measurement and Analysis for Marketing* 14(3), 191-202.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (Hrsg.) (2006). *Fünfter Bericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland*.
<https://www.bmfsfj.de/blob/79080/8a95842e52ba43556f9ebfa600f02483/fuenfter-altenbericht-data.pdf>
- European Social Survey: <http://www.europeansocialsurvey.org/>
- Formosa, M. (2014). *Four decades of Universities of the Third Age: past, present and future*. *Ageing & Society*, 34, 42-66.
- Infas (Hrsg.) (2001). *Bildung im Alter. Bildungsbeteiligung und Bildungsinteressen älterer Menschen*. Bonn-Godesberg.
- Kade, S. (2009). *Altern und Bildung. Eine Einführung*. 2., aktualisierte u. überarb. Aufl. Bielefeld: Bertelsmann.
- Kohli, M., & Künemund, H. (2013): *Social connections of older Europeans*. In: John Field, Ronald J. Burke & Cary L. Cooper & (eds.): *The SAGE Handbook of Aging, Work and Society*. Thousand Oaks: SAGE, 347-632.
- Misoch, S., & Ruf, E. *Werte 60+ und lebensläufiger Wertewandel. Ergebnisse zweier empirischer Vorstudien in der Deutschschweiz. Veröffentlichung in Vorbereitung*.
- Meyer Schweizer, R., Jann, B., Brandenberger, L., & Hugli, S. (2012). *Mitglieder Befragung 2012 an den Schweizer Seniorenuniversitäten*. Bern: Universität Bern.
- Mieskes, H. (1971). *Geragogik – ihr Begriff und ihre Aufgaben innerhalb der Gerontologie*. *actuelle gerontologie*, 1, 279-283.
- Naegele, G. (2012). *Arbeit trotz Rente*. In R. Köcher & O. Bruttel (Hrsg.), *Generali Altersstudie 2013: Wie ältere Menschen leben, denken und sich engagieren* (S. 104-108). Frankfurt Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Oertel, J. (2007). *Baby Boomer und Generation X – Charakteristika der etablierten Generationen*. In Klaffke, M. (Hrsg.), *Generationen-Management* (S. 27-76). Springer Fachmedien Wiesbaden 2014.
- Roberts, B.W., & Del Vecchio, W.F. (2000). *The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies*. *Psychological Bulletin*, 126, 3-25.
- Senioren-Studie 2014: *Bildung in jedem Alter wichtig*. Österreichischer Seniorenbund: verfügbar unter: http://www.seniorenbund.at/fileadmin/user_upload/Studie-PK-Bildung_im_Alter__29.09.2014.pdf
- Statistisches Amt des Kantons Zürich. *Statistik Info 06/08: Bucher, H.-P. (2008). Babyboomer kommen ins Rentenalter. Der Lebenszyklus der geburtenstarken Jahrgänge im Kanton Zürich 1970–2050*.
- Taylor, A.W., Pilkington, R., Feist, H., Dal Grande, E., & Hugo, G. (2014). *A survey of retirement intentions of Baby Boomers: an overview of health, social and economic determinants*. *BMC Public Health* 14: 355.
- Tippelt, R., Schmidt, B., Schnurr, S., Sinner, S., & Theisen, C. (Hrsg.) (2009). *Bildung Älterer – Chancen des demographischen Wandels*. Bielefeld: Bertelsmann.
- United Nations. (2002). *Report of the Second World Assembly on Ageing: Madrid International Plan of Action on Ageing (MIPAA)*. New York: United Nations.